

**KEMAMPUAN EKSPRESI DIRI PADA PENGGUNA
MEDIA SOSIAL YANG MENGALAMI KECEMASAN SOSIAL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh :

AMALIA RACHMAWATI NUR FADHILAH

F 100 150 066

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2019

**KEMAMPUAN EKSPRESI DIRI PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL YANG
MENGALAMI KECEMASAN SOSIAL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh:

AMALIA RACHMAWATI NUR FADHILAH

F 100 150 066

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**KEMAMPUAN EKSPRESI DIRI PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL YANG
MENGALAMI KECEMASAN SOSIAL**

Diajukan Oleh:

AMALIA RACHMAWATI NUR FADHILAH

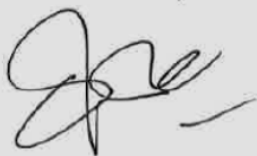
F 100 150 066

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji oleh:

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



(Dr. Wiwien Dinar Prasisti, M.Si, Psi)

Surakarta, 28 Juni 2019

HALAMAN PENGESAHAN

**KEMAMPUAN EKSPRESI DIRI PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL YANG
MENGALAMI KECEMASAN SOSIAL**

OLEH:

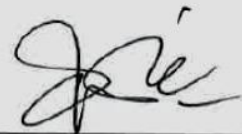
AMALIA RACHMAWATI NUR FADHILAH

F 100 150 066

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 9 Juli 2019
dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

Penguji Utama

Dr. Wiwien Dinar Prasisti, M.Si, Psi



Penguji Pendamping I

Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psi



Penguji Pendamping II

Setia Asyanti, S.Psi, M.Si, Psi



Surakarta, 9 Juli 2019

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog

NIK. 0624067301

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Nama : Amalia Rachmawati Nur Fadhilah
NIM : F 100 150 066
Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi
Universitas : Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : Kemampuan Ekspresi Diri pada Pengguna Media Sosial yang Mengalami Kecemasan Sosial

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya dari saya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip karya dari orang lain, maka saya akan mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia untuk menerima sanksi apabila saya melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan yang telah saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia untuk menerima konsekuensi.

Surakarta, 28 Juni 2019



Yang menyatakan

Amalia Rachmawati Nur Fadhilah
F 100 150 066

VISI, MISI DAN TUJUAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

VISI :

Menjadi pusat pendidikan yang mendasarkan pada risalah Islam dan budaya Indonesia di tingkat Nasional dan Asia.

MISI :

- a. Menyelenggarakan pendidikan psikologi di tingkat Sarjana dan Magister Psikologi Profesi.
- b. Mengembangkan penelitian psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan budaya Indonesia.
- c. Mengembangkan pengabdian kepada masyarakat atas dasar tanggung jawab sosial.
- d. Menjalin kerja sama dengan lembaga pendidikan, lembaga penelitian, pemerintah, dunia usaha dan masyarakat.

TUJUAN :

- a. Mengelola prodi Sarjana dan Magister Psikologi Profesi yang memberikan arah pada perubahan.
- b. Menggiatkan pusat studi psikologi Islami dan Indigenous.
- c. Meningkatkan pelayanan kepada masyarakat secara langsung maupun melalui media.
- d. Merintis kerjasama dengan lembaga mitra dan Universitas baik dari dalam maupun luar negeri
- e. Meningkatkan kerjasama dengan lembaga pemerintah dan swasta dalam negeri.

MOTTO

“Bagian terbaik dari hidup seseorang adalah perbuatan-perbuatan baiknya dan kasihnya yang tidak diketahui orang lain” (William Wordsworth)

“Sampaikanlah kabar gembira dan janganlah menakut-nakuti, serta permudahlah dan jangan mempersulit” (HR. Muslim)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Dengan segala kerendahan hati, karya ini penulis persembahkan untuk :

1. Ayah dan ibu yang selalu memberikan doa restu, memberikan semangat dan selalu mengingatkan untuk sabar dan ikhlas dalam menyelesaikan skripsi ini, membesarkan penuh kasih sayang serta mengajarkan hal yang baik dan benar, dan selalu menjadi inspirasi dan motivasi bagi penulis. Semoga skripsi ini membuat hati ayah dan ibu tambah bahagia. Terima kasih, terima kasih yang amat besar untuk ayah dan ibu yang selalu mendukung penulis.
2. Adik penulis yang sangat dicintai dan disayangi oleh penulis, serta keluarga besar penulis terima kasih atas doa dan dukungannya.
3. Teman-teman psikologi angkatan 2015 dan sahabat-sahabat penulis yang sangat dicintai, terima kasih atas doa dan dukungan yang diberikan.

KATA PENGANTAR



Assalamu'allaikum Wr. Wb

Puji syukur *Alhamdulillah* dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penayang, penulis panjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran-Nya yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan lancar. Pada penyusunan skripsi ini yang bertujuan untuk memenuhi persyaratan guna menempuh gelar Sarjana Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis sadar bahwa dalam menyelesaikan susunan skripsi ini banyak yang terlibat memberikan bantuan dan dukungan sehingga mampu memperlancar pembuatan skripsi ini. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Psi, Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang memberikan izin untuk melakukan penelitian kepada penulis.
2. Ibu Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Psi, Psi selaku Pembimbing Skripsi yang telah berkenan untuk meluangkan tenaga, waktu, dan pikiran dalam membimbing penulis.

3. Ibu Usmi Karyani, S.Psi, M.Si, Psi selaku Pembimbing Akademik yang telah berkenan untuk memberikan saran dan arahan pada penulis selama menempuh kuliah.
4. Seluruh Staf Pengajar dan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
5. Bapak Didik Listyawan dan Ibu Upik Sukesu selaku orang tua yang selalu memberikan dorongan semangat dan dukungan kepada penulis. Dan Naufal selaku adik penulis yang selalu memberikan semangat melalui canda dan tawa
6. Sahabat-sahabat penulis, Tantri Maulida, Priyanka Putri Mentari, Monica Purdiani, Hayinah Ipmawati, Syahid Iskandar, Itsna Maulida dan Farhan Fawwas terima kasih selalu menemani penulis dalam keadaan apapun.
7. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu namanya. Terima kasih untuk setiap proses selama masa studi penulis dan terima kasih atas kebersamaan yang tidak akan terlupakan.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Terlepas dari semua itu, penulis telah menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna dan banyak kekurangan, maka dari itu penulis

mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 28 Juni 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
VISI, MISI, DAN TUJUAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6

BAB II LANDASAN TEORI	8
A. Kemampuan Ekspresi Diri	8
B. Pengguna Media Sosial	14
C. Kecemasan Sosial.....	22
D. Kemampuan Ekspresi Diri pada Pengguna Media Sosial yang Mengalami Kecemasan Sosial	28
E. Pertanyaan Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Gejala Penelitian	31
B. Definisi Operasional.....	31
C. Informan Penelitian	32
D. Metode Pengumpulan Data	32
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	36
F. Metode Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Persiapan Penelitian	39
1. Orientasi Penelitian	39
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data.....	40
B. Pelaksanaan Penelitian	42
1. Penentuan Informan Penelitian	42
2. Pengumpulan Data	44
C. Analisis Data	45

1. Uji Homogenitas	45
2. Hasil Kategorisasi	46
D. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP.....	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategori penggunaan media social	3
Gambar 2. Hubungan Pertemanan	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala Kecemasan Sosial	34
Tabel 2. Bobot Skor Skala Kecemasan Sosial	34
Tabel 3. Guide / Panduan Kuesioner Terbuka	35
Tabel 4. Usia Informan	42
Tabel 5. Status Pendidikan Saat Ini.....	43
Tabel 6. Media Sosial yang Dimiliki	43
Tabel 7. Waktu Penggunaan Media Sosial	44
Tabel 8. Hasil Uji Homogenitas.....	45
Tabel 9 Hubungan pertemanan	47
Tabel 10 Pengelompokkan informan yang mengatakan ada perbedaan ekspresi diri secara langsung dan ekspresi diri di media social.....	49
Tabel 11 Pengelompokkan informan yang mengatakan tidak ada perbedaan ekspresi diri secara langsung dan ekspresi diri di media social	51
Tabel 12 Alasan informan memilih media mengekspresikan diri	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validitas Menggunakan Formula Aiken's.....	71
Lampiran 2. Skala & Kuesioner Terbuka Siap Sebar	73
Lampiran 3. Uji Reliabilitas	83
Lampiran 4. Uji Homogenitas	95
Lampiran 5. Surat-surat.....	99
Lampiran 6. Data Kuesioner Terbuka Informan Kecemasan Sosial Tinggi	101
Lampiran 7. Data Kuesioner Terbuka Informan Kecemasan Sosial Rendah.....	129

KEMAMPUAN EKSPRESI DIRI PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL YANG MENGALAMI KECEMASAN SOSIAL

Amalia Rachmawati Nur Fadhillah
Dr. Wiwien Dinar Prasisti, M.Si, Psi
amalia.fadhilaah@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui deskripsi atau gambaran dari kemampuan ekspresi diri pada pengguna media sosial yang mengalami kecemasan sosial tinggi dan yang mengalami kecemasan sosial rendah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pemilihan informan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Informan penelitian ini berjumlah 117 yang terdiri dari 42 informan yang mengalami kecemasan sosial tinggi dan 75 informan yang mengalami kecemasan sosial rendah. Metode pengumpulan data dengan menggunakan skala *likert* dan kuesioner terbuka dan dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengguna media sosial yang mengalami kecemasan sosial tinggi dan kecemasan sosial rendah memiliki bentuk-bentuk ekspresi diri yang berbeda-beda karena terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi ekspresi diri yang dilakukan seperti keinginan untuk melepaskan beban-beban yang dirasakan serta peran bagian anggota tubuh yang mempengaruhi ekspresi seperti raut muka. Selain itu, media untuk mengekspresikan diri pun mempengaruhi cara individu dalam mengekspresikan diri seperti mengekspresikan diri secara langsung atau berhadapan langsung dengan orang lain dan mengekspresikan diri melalui media sosial yang dimiliki.

Kata kunci: pengguna media sosial, kecemasan sosial, ekspresi diri

ABSTRACT

The purpose of this study is to understand the description of the ability of self-expression in social media users who have high social anxiety and those with low social anxiety. This study is using descriptive qualitative approach. Technique of selecting informants in this study was purposive sampling. The research information is amount of 117 which is consist of 42 informants who have high social anxiety and 75 informants who experience social anxiety low. A likert scale and open questionnaires is used as a research data collection tool and will be descriptive analyzed. The results of the study indicate that social media users who have high social anxiety and low social anxiety have different forms of self-expression because they had different factors that influence self-expression are carried out such as the desire to release perceived burdens and the role of parts of the body that affect expressions such as facial features. In addition, media to express themselves also affects the way individuals express themselves like express themselves directly or face to face with other people and express themselves through social media owned.

Keyword : social media user, social anxiety, self-expression